

# 基幹センター企画課 活動報告

みやぎ心のケアセンター

企画課

課長 精神保健福祉士 樋口 徹郎

課長補佐 事務 三浦由希乃

## 1. はじめに

平成28年度より『企画調整部』は『企画部』となり、それに伴い企画課と調整課は『企画課』に再統合された。それまで調整課が担当していた調査研究や統計システムに関する業務は再び企画課の担当となり、人材育成にかかわる研修会などの企画や普及啓発にかかわる広報活動などは企画グループ、統計システムや調査研究にかかわる業務は統計・研究グループという体制で業務分担を行った。また、新たに『子どもの心のケア地域拠点事業』が宮城県から委託され、企画課は、自治体担当部署や保育所等への事業の周知、支援依頼があった際の講師の派遣調整などに努めた。

さらに、平成29年から32年までの運営上の目標設定と達成のための『みやぎ心のケアセンター運営計画（以下、運営計画）』が策定された。運営計画の実施は平成29年からの4年間であるが、平成28年においても運営計画に応じた事業を一部実施した。

運営計画の中の基本方針の1つでもある『子どもから大人まで切れ目のない支援』を念頭に置きながら、平成28年度の企画課の事業を振り返ると共に、平成29年度とこれからの4年の期間でなすべきことを考察した。

## 2. 平成28年度活動状況報告

### (1) 地域住民支援

#### ①被災地の親子を対象としたデイキャンプの実施

今年度より、内陸部への自宅再建や復興住宅への移行などの状況変化を考慮し、対象範囲を拡大し2市1町の児童と保護者を対象とした。子供たちは自然の中で、保護者には日常から離れて自由な時間を過ごすことで、心の健康に対する関心を高めながら、セルフケア能力を向上させることを目的に本事業を実施した。

プログラムでは、防災教育の一環として昼食準備の際にアルファーマイアや火おこし体験を取り入れた。レクリエーションも班で協力して取り組むものから、参加者全員で行うものまで、楽しみながら思いっきり身体を動かす内容とした。心理教育として実施した『こころのおべんきょう』では、呼吸法を中心にヨガを実施した。これは、嫌な事があってイライラした時や動揺した時に気分を落ち着かせる方法として学ぶ事を目的とした。

今年度の参加状況は、継続参加児童12名、新規参加児童は8名であった。

#### ②その他の地域住民支援

基幹センター地域支援課が岩沼市の支援団体と共催で実施してきた『うつくしまサロン』（福島から宮城県に避難されている方を対象としたサロン）への協力を行った。また、必要に応じて、電話相談、来所や訪問による個別面談に対応した。

### (2) 支援者支援

#### ①アルコール専門機関による被災地支援活動の実施

東北会病院、日本アルコール関連問題ソーシャルワーカー協会、NPO法人宮城県断酒会に事業委託し、自治体職員などに対して事例検討会や研修会の開催、自助グループ作りの支援な

どを行った。具体的な取組みについては、紀要第5号の『協力機関・団体等の取組み』で紹介する。

#### ②サポーターズクラブ

平成28年度は、サポーター登録をされている2名の方に健康相談会と子どもキャンプなどで協力いただいた。また、新規に6名の方に登録いただき、平成29年度から調査研究活動などで協力いただく予定である。

### (3) 普及啓発

#### ①パンフレット作成

平成28年度は、開設当初からのみやぎ心のケアセンター（以下、当センター）のパンフレットを再編した（3,500部発行）。パンフレットの内容は、新規事業の『子どもの心のケア地域拠点事業』も含め、支援者向け・一般向けを統合し、再構成を行った。また、これまでに作成したリーフレットを研修や家庭訪問、健康相談の際に配布して、知識の普及や相談窓口の周知を図った。特に4種類のアルコール関連リーフレットについては、配布数が約4,200部と他のリーフレットの配布数と比べ格段に多かった。

平成29年度は、震災後6年が経過し、県の復興計画では『再生期』の最終年となっている。住民や支援者が求める新たなニーズの把握に努め、そのニーズに応じた知識や情報を盛り込んだ新たなリーフレットを作成する。

#### ②広報誌の作成

当センターの役割や活動の周知を目的に平成28年度は『みやぎ心のケアセンター通信』を年2回2,400部ずつ発行し、県内の関係機関など約800カ所に配布をした。

1回目は、巻頭言として小高センター長から新任のあいさつをいただいた。特集としてアルコール関連問題を取り上げ、各課の取り組みや専門病院での治療についての解説を掲載した。2回目では、巻頭言を虎岩石巻地域センター長に寄稿いただき、特集は各課の平成28年度の取り組みなどを取り上げた。

平成29年度も引き続き広報誌を活用し、各地域センターや関係機関の活動状況の紹介を通して、復興期の心のケアについて支援者との共通理解を深められるようにしていきたい。

#### ③ホームページの運営

当センターが実施する各研修や共催・後援事業の周知、平成28年度発行した広報誌の掲載、各地域センターの取組みについて紹介等を行った。ホームページ内容を刷新し、新センター長紹介や組織図等を最新情報に更新する等の工夫を行った。

また、ブログの活用が多くなったことから、1日のホームページへのアクセス数が前年度に比べて増加するようになった。平成29年度も支援者や県民が心の健康について理解を深められるような情報発信に努めていきたい。

[参考] みやぎ心のケアセンター <http://miyagi-kokoro.org/>

#### ④各種取材等への対応

平成28年4月に発生した熊本地震に伴い、取材や視察対応が複数求められた。発災当初は、宮城の被災者への影響の有無などについてマスコミからの問い合わせがあった。取材以外に10月には熊本県議会、2月は熊本こころのケアセンターからの視察にそれぞれ対応した。

3月11日前後での取材としては、新聞や雑誌などの他、当日のTBCラジオの特別番組でこれまでの取り組みなどを報告する機会を得た。1月17日の『第14回 震災心のケア交流会みやぎ』でNHK仙台を始め、3社からの取材に対応した。また、韓国のトラウマセンターとネパールの災害心理学を学ぶ大学院生グループの視察への対応を行った。

全般として、通常のメンタルヘルス課題や新たな災害等に関する取材が多かった。また、高校生や大学生の取材や視察もあり、視察対応は15件で例年よりも多かった（平成27年度は9

件)。震災後の心のケアのみならず、心のケア全般への関心が高まっていることを踏まえた対応を心がける必要がある。

#### ⑤『健康づくり出前講座(メンタルヘルス)』への講師派遣

この事業は、全国健康保険協会宮城支部(以下、協会けんぽ)からの依頼で、職場内の心の健康づくりを広く推進していくことを目的として実施した。当センターの常勤および非常勤職員が講師となり、職場のメンタルヘルスやセルフケアなどについて講義を行った。対象は従業員50名以上の10事業所で、述べ352名が受講した。

講義に先立って、心のケアセンターの活動を紹介し、被災地での心のケアの大切さなどをお伝えした。講義の他、セルフチェックやセルフケアなどの実技を盛り込み、宮城県内の相談機関の一覧が明記されたパンフレットの配布を合わせて行った。

平成29年度は、被災地域や震災の影響が窺われる事業所を優先して実施できるよう協会けんぽとも話し合い、その方向で実施する予定である。

### (4) 人材育成

#### ①震災心のケア交流会みやぎの実施

平成28年度の『震災心のケア交流会みやぎ』(以下、交流会という)は、仙台市、南三陸町、石巻市で開催された。企画課は基幹センター地域支援課と協力して仙台市で行われた第14回交流会を担当した。

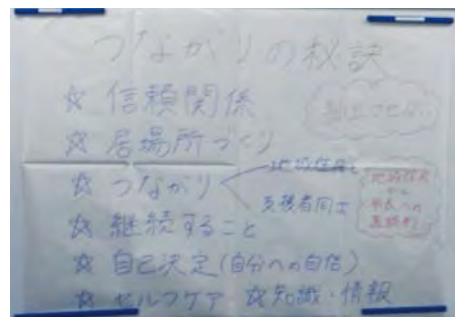
第14回交流会のテーマは『これまでもこれからもつながっていく』と題し、県内で活動している33団体・53名の参加があった。『孤立を防ぐ地域づくり』をテーマにワールドカフェの実施と、『地域を支える』をテーマに小高センター長が講演を行った。ワールドカフェでは、地域のコミュニティづくりや子供の居場所づくりなどに取り組む団体よりカフェマスターとして話題を提供していただいた。「つながっていくためにしていることは何ですか」「つながる秘訣は何ですか」というファシリテーターからの問いかけに、忌憚のない意見交換が行われ、グループごとにまとめられた。(写真1・2)

アンケートでは「様々なコミュニティ支援から新しい視点を発見できた」「つながることが大事・出会いは貴重」「『自死が少ない町での地域の支え合いと自由に過ごせる環境づくり』が印象に残った」といった参加者からの回答があった。あらたな地域づくりを考える上で、『つながるための様々な工夫』を共有することができ、つながり合うことでより効果的な支援が期待できるということが共有できたようであった。

写真1 『つながっていくためにしていること』



写真2 『つながりの秘訣』



#### ②自治体職員対象アルコール関連問題実地研修の実施

平成28年度は、対象の自治体を沿岸部に限定せず宮城県全域とし、委託先である東北会病院にて3日間の実地研修を6回実施した。18の自治体より申し込みがあり、そのうち、新たに対象とした内陸部からの申し込みは8市町であった。

受講者からは「治療内容・回復のプロセスを学ぶことができ、今までの支援目標を見直していきたい」「回復するというイメージを持つことができた。息の長い支援をしていきたい」「病院の協力をいただきながら、支援者ケア会議などを地域で開いていきたい」など、今後の支援に繋がる感想が多く聞かれた。

### ③テーマ別支援者研修の実施

地域の支援者に対して『こころのエクササイズ研修』を8月と2月の2回開催した。1回目は4日間コースで行い、2回目は1日研修として実施した。講師は東北大学大学院医学系研究科予防精神医学寄附講座（以下、東北大学予防講座）が担当した。支援者のためのセルフケア知識と認知行動療法の基本を理解していただくことに努めた。

1回目では、研修終了後に受講者自身がこの研修を実施できるような研修を希望者に対して実施した。2回目は、定員を大きく超える申し込みがあった。平成29年度も、ニーズに対応して実施する予定である。

### ④被災者支援専門研修の実施

被災者支援に関わっている専門職に対し、災害復興期における被災者の回復を支えるための心理支援法の習得を目指した研修を行った。12月に大澤智子氏(兵庫県こころのケアセンター)を講師にお招きし、『災害復興期の回復を考えるこころのケア～サイコロジカル・リカバリー・スキル（SPR）研修』を東北大学予防講座と共催で実施した。

### ⑤三県心のケアセンターミーティングの実施

5月に仙台市内で開催された『第15回トラウマティック・ストレス学会』（以下、第15回トラスト学会）の協力企画として、会場内での三県心のケアセンターミーティングの実施を計画した。さらに、三県の被災地で活動されている各種団体の出展や活動紹介の場を設定した。当日は、当センターや出展団体の作品やパネルなどの展示と共に、ステージでの活動発表や製品販売などを通じて出展団体や学会参加者が交流を深めることができた。

## （5）各種活動支援

平成28年度は、県内で活動されている外部団体主催のセミナーなどへの開催支援の他、東北大学大学院生の実習指導を行った。また、兵庫県こころのケアセンター研究事業への協力（スタッフ10名がインタビューに協力）を行った。

## （6）調査研究

### ①調査研究班の運営と調査研究の実施

昨年度に引き続き、東北大学予防講座との連携の下、その他の外部非常勤職員の協力を得て調査研究に取り組み、平成28年度は4演題を第15回トラスト学会などで発表した。平成28年度時点で進行している調査研究は2つあり（『被災地における男性の集いに関する考察』と『東日本大震災後に誕生した子どもとその家庭への縦断的支援研究』）、次年度も継続的に取り組んでいく。

調査研究班においては定期的な打合せを実施し、進行中の調査研究の進捗の確認や検討を行った。一方で、調査研究の体制作り、新規研究の励行、倫理委員会の組織化と運用が継続した課題となっている。

### ②紀要第4号の発行

紀要編集委員会で進捗状況や内容を検討しながら、平成27年度の当センターの活動と研究成果をまとめた紀要第4号を1,200部発行した。県内外の関係機関等912ヶ所宛に送付した。

### ③市町社会福祉協議会職員健康調査への協力

東北大学予防講座と連携し、調査依頼のあった市町社会福祉協議会を対象として健康調査を

実施した。平成28年度は4市町の社会福祉協議会(七ヶ浜町、女川町、気仙沼市、山元町)から依頼を受けて、健康調査と調査後の個別面談、メンタルヘルスに関する研修会を実施した。

#### (7) 子どもの心のケア地域拠点事業

平成28年度から受託した『子どもの心のケア地域拠点事業(以下、子どもの心のケア事業)』は、『相談事業』『専門家派遣事業』『研修事業』『普及啓発事業』『調査研究事業』で構成されている。企画課では、まず事業内容の周知のために県内の自治体や関係機関に事業案内のチラシを送付するなど啓発に努めた。

また、専門家派遣事業の講師等の調整や研修事業の企画を行った。研修事業としては『子どものための心理的応急処置(PFA)研修(以下、子どもPFA研修)』を2回主催した。研修実施のために、事前にセーブ・ザ・チルドレン・ジャパン(以下、SCJ)主催の指導者育成研修を受講し、当日の運営を行った。さらにSCJとの共催で指導者育成研修を実施した。共催で実施した研修と合わせて12名の指導者を育成し、4名の指導者を当センター内に確保することができた。

調査研究としては、子どもキャンプの参加者へのアンケートのまとめなどを行った。

#### (8) その他の事業

##### ①職員研修

###### a. 全体研修(全体ミーティング・職員定例研修)

全体研修は、普段、3地域に分かれて活動している当センター職員が一堂に集まり、現状を共有し、必要な知識を身に付ける機会として開設以来実施している。

平成28年度の全体研修は全体ミーティングと職員定例研修の二部構成で年3回実施した(仙台2回、石巻1回)。全体ミーティングは、各部署からの事業の進捗や研修参加報告などを中心に実施した。職員定例研修は、全体で共有すべきテーマとして、5月に外部講師による『CRAFT(クラフト、コミュニティ強化と家族訓練)の活用』について(仙台)、9月に被災地域の住職から『被災者の心の変化』について(石巻)、2月にセンター長から『これからの心のケアセンターの在り方』についての講話をそれぞれ実施した。

なお、全体ミーティングはその時々で共有すべき事項の伝達のため、各地域センター職員の地元で参加しやすいようにWEB会議システムを活用して別途3回実施した。

###### b. 初任者研修

平成28年度は年3回(4月、6月、11月)合計8名の新入職者を対象に、被災地の現状を把握し、センターの役割と業務内容を理解してもらうことを目的に実施した。講義は『心のケアセンターの基本姿勢』『震災後のこれまでの経過と現在の課題』、各課からの事業説明や地域センターの取組みを学ぶ内容であった。

###### c. その他、推奨研修等

職員としての資質向上のために、外部研修の情報を適宜発信し、推奨研修として積極的な受講を呼び掛けた。また、全体研修の回数が減った分を各地域支援課が企画し、それぞれで実施した。

##### ②業務統計システムの構築

平成27年度から開始した個人特定IDを付与した地域住民支援データの蓄積が順調に進み、対象者の実数の把握が可能となったため、集約された地域住民支援データから活動実績や支援対象者の傾向を報告した。システム運用構築面では、『ID台帳・活動記録システム』と『統計システムの地域住民支援』を統合した『個別支援システム』を構築、『統計システム』のデータ登録場所を1ヶ所に集約して運用するように改修を行い、安定して稼働している。データ登録場所を1ヶ所に集約することにより、記入者以外が登録した業務報告書を閲覧することが可能になった。本年度の構築・改修により、入力作業、運用管理にかかる業務の負担が軽減した。

今後も業務報告書データの蓄積を進め、個別支援の状況や各種事業についての分析、経年の分析を行い、地域ごとのニーズについても把握したいと考えている。

### ③運営計画の策定

平成23年9月に制定された県の震災復興計画との整合性を図る形で、平成29年から平成32年までの運営計画の策定に協力した。その基本理念は『被災地における地域精神保健福祉の向上』であり、それを踏まえた基本方針は以下のとおりであった。

- a. 被災者支援は市町を通じたアウトリーチを中心とした心のケア活動として展開
- b. 支援者支援はコンサルテーションやメンタルヘルスなど多角的に支援を実施
- c. 県の復興計画に基づき『子どもから大人まで切れ目のない支援』を実施
- d. 被災市町の状況に応じた地域精神保健の支援活動を展開
- e. 今後の大規模自然災害の対策に資する活動成果や研究の取りまとめ

## 3. 平成29年度の方針・計画について

平成29年度は運営計画の初年度であり、これまでの当センターの活動の検証や政策提言のために調査研究が重要となる。そのために調査研究の体制強化を図るべく『企画部』は『企画研究部』に名称を変え、『企画課』は『企画研究課』として再スタートを切ることになる。各地域支援課などと連携しながら調査研究の強化に努めていく。また、子どもの心のケア事業も2年目を迎えることから一層の充実を図っていく必要がある。

これからの1年は、今後の地域精神保健福祉の在り方について関係機関等と連携しながら具体的な形にしていく大切な1年となる。地域の今のニーズに対応するために、また、これからの地域精神保健福祉の向上のために、これまでの活動を精査し、運営計画と照らし合わせながら事業を展開していく予定である。

### (1) 地域住民支援

被災後の様々な悩みや課題を抱えている住民に対し、企画研究課として以下の活動を実施していく。

- ①住民への相談支援活動（訪問、来所、電話相談等）を必要に応じて行い、必要な社会資源に繋いでいく。
- ②うつくしまサロン（津波や原発被害で避難されている方を対象）を地域支援課と連携しながら実施していく。
- ③被災地の子どもを対象にしたデイキャンプ事業を実施していく。

### (2) 支援者支援

自治体職員や支援者に対し、専門的な助言やセルフケアにつながる研修を行うなど、支援者の心理的負担の軽減を図ることに努める。

企画研究課としては①アルコール関連問題については、外部専門機関（東北会病院、断酒会）に事業の一部を委託し、事例検討や研修会の開催、断酒会などの自助グループの支援に協力していく。②サポーターズクラブ登録者には、専門分野や経験を活かせるような依頼内容で主催事業（デイキャンプ、研修会等）などに協力いただけるようにしていく。

### (3) 普及啓発

被災者支援というだけではなく、広く住民や支援者がメンタルヘルスについて理解を深め、その改善につながるような事業の展開を進めていく。一方で、被災地における復興状況の格差やコミュニティの変化といった様々な課題を県内外に発信する役割も求められる。

予防的な観点から『職域におけるメンタルヘルスに関する講話（健康づくり出前講座など）の



実施』や『普及啓発用パンフレット等作成と配布』などを行う。

また、広報誌やブログなどによる情報発信、さらにメディア等を通じた情報の発信、取材や視察なども積極的に受け入れていく。

#### (4) 人材育成・研修

震災直後から開催し、すでに昨年度16回を数えるに至った震災心のケア交流会みやぎについては、平成29年度も実施を予定している。支援者同士や関係機関との交流を深め、様々な地域の課題を共有し、連携した支援につながるきっかけになることを期待している。

東北会病院委託事業となっているアルコール関連問題研修は、県内の支援機関のニーズに応じて継続する予定である。アルコール関連問題への関心は依然として高く、平成29年度以降もアルコールの問題に対応できる支援者の拡大に向けて研修会などを継続して開催していく。その他の支援者向け研修についても、地域からのニーズに応じ、適宜実施予定である。

さらに災害などの初期段階で身に付けておくべき支援技術の習得の機会として、新たにWHO版の『心理的応急処置（PFA）研修（以下、PFA研修）』の開催を検討する。今後の災害に備える意味で重要であると考え、研修指導者育成を含めた実施を予定している。

#### (5) 各種活動支援

平成29年度も、県内で活動している各種団体の催しなどへの協力を必要に応じて行う。活動支援を入り口としながら、団体に対するメンタルヘルス関連の情報提供や団体からの研修会開催や個別相談等の要請への対応を念頭に置いて行う。

また、医療や福祉系の学生実習の受け入れについては、依頼があった場合に検討し、可能な範囲で協力する。

#### (6) 調査研究

平成29年度、組織再編により企画研究課が誕生する。調査研究に関する部署は企画研究課内の調査研究グループが担当し、稼働を始める。運営計画でも示された『今後の災害対策施策に資するための調査研究事業』の総括的集中的な取り組みを開始する年と位置付けられ、以下の事業に着手する予定である。

##### ①調査研究集約事業

業務統計システムを安定して稼働できる体制を維持しながら、当センターとして集約できる統計を整理し、調査研究に活かしていく体制を作る。

##### ②社会福祉協議会等健康調査事業

東北大学予防講座、地域支援課等と連携しながら調査および事後のフォローを継続して行っていく。

##### ③公式活動記録策定事業

今後、当センターとして残していくべき活動・研究をまとめていく作業を開始する。

##### ④みやぎ心のケアフォーラム事業

当センター、関連自治体、東北大学予防講座等関連団体等がこれまでの支援を振り返り、今後の精神保健福祉の再構築を検討するためのフォーラムを開催する。

##### ⑤みやぎ心のケアセンター紀要発行

平成28年度の事業報告としての『みやぎ心のケアセンター紀要 第5号』を発行する。

#### (7) 子どもの心のケア地域拠点事業

平成28年度に受託した子どもの心のケア事業は、引き続き外部支援者等の協力も仰ぎながら、きめ細かく地域のニーズに応じて実施していく。

また『子どもPFA研修』は、仙台だけではなく県内各地で実施し、要請があれば事業所単位での実施も検討する。

#### (8) その他

##### ①職員研修

全体研修は平成29年度も全体ミーティングと職員定例研修の二部構成で年3回（仙台2回、気仙沼1回）実施する。定例研修は職員全体で共有すべきテーマで、全体ミーティングは職員同士の交流や意見交換を行う時間を重視しながら企画していく。

全体ミーティングは、WEB会議システムも活用して単独実施と合わせて6回開催する。各センターの活動の共有が図れるよう、事前にテーマに沿って各課で話し合い、議論の場となるように努める。

その他、外部研修についても引き続き積極的に周知に努め、計画的な受講を働きかけ、職員のスキルアップを図っていく。

##### ②業務統計システムの構築

業務報告書データの蓄積を進め、個別支援の状況や各種事業についての分析、経年の分析を行い、地域ごとのニーズの把握に役立てる。そのためにも安定したシステムとネットワーク環境の整備を心がける。

##### ③運営計画の運用

多様な地域のニーズを踏まえながら、今後の4年間の支援活動が柔軟で効果的に進むよう、適宜必要な見直しを行いながら取り組んでいく。

#### 4. 考察

平成28年度を振り返ると、運営計画が策定されたことにより、平成29年度以降も見据えた事業展開を実現することができた。新たな人材育成事業としてWHO版『PFA研修』を検討したが、子ども事業を新規に受託したことから『子どもPFA研修』を先行して実施することとなった。

子どもPFA研修の実施の前提として複数の指導者が必要なことから、SCJの協力の下で指導者育成研修を先行して行い、当センターを含め複数確保することができた。また、育成した指導者で研修そのものを進めることもできた。平成29年度に実施予定のWHO版PFA研修においても、同様に県内で活動できる複数の指導者を育成し、PFA研修の県内での受講機会の拡大と受講者の増加につなげられるものとする。PFAに限らず、『将来の地域に残すべき資源』としてメンタルヘルス関連研修の実施者養成の意義はとて大きいと考える。

他にも、調査研究強化の体制作りやアルコール関連問題実地研修の受講者の対象地域を拡大しての実施、新たな視点での専門研修の企画を行うなど、先を見据えた事業を試みることができた。

平成29年度は、これまでの活動を継承しつつも『将来の地域に残すべき資源』を念頭におき、これまでの当センターの取り組みでどんな効果があったのか、どんなものを残していくべきかの整理のための検証が不可欠である。そのためにも企画研究課として研究事業を進めていく必要があると考える。

#### 5. おわりに

当センターは、平成32年度末を持って活動の終期を迎えることとなる。そのことを踏まえ、これからの4年間で念頭に置いた事業展開が求められる。運営計画の基本理念である『被災地における地域精神保健福祉の向上』という使命を果たすために『これまでやってきたこと』にとらわれず、『これから必要なこと』を念頭において今後の企画研究課としての事業を進めていきたい。

平成28年の熊本地震を機に新しく『熊本こころのケアセンター』が誕生した。岩手や福島のみならず、熊本とも情報を共有する機会を持ち、今後の活動に活かしていきたいと思う。